

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Persiapan Penelitian

Penelitian ini dimulai dengan penyusunan alat ukur penelitian yang terdiri dari Skala Citra Tubuh dan Skala Tekanan Teman Sebaya. Skala-skala tersebut kemudian diperiksa oleh dua dosen pembimbing tesis pada tanggal 14 dan 23 Juli 2020. Peneliti kemudian melakukan revisi alat ukur penelitian, dan pada tanggal 26 Juli 2020 alat ukur tersebut telah disetujui oleh dosen pembimbing.

Peneliti kemudian melakukan uji coba alat ukur yang telah disetujui oleh kedua pembimbing tesis kepada subjek yang memenuhi kriteria penelitian. Kriteria subjek dalam penelitian ini adalah remaja berusia 15 hingga 17 tahun (SMA) per tahun 2020 dan masih aktif bersekolah. Peneliti menggunakan media *google form* untuk menyebarkan alat ukur kepada subjek pada tanggal 28 Juli 2020. Peneliti mendapatkan hasil dari 44 orang subjek, kemudian dilakukan analisis reliabilitas menggunakan aplikasi SPSS versi 17.0, kemudian hasil aitem yang valid diuji CFA melalui aplikasi AMOS versi 26.

Skala Citra Tubuh terdiri atas 16 aitem pernyataan. Reliabilitas dikatakan sangat tinggi apabila nilai r_{11} berada antara 0.80 sampai

1.00 (Guilford, 1956). Reliabilitas alat ukur menunjukkan nilai *Alpha Cronbach's* (r_{11}) sebesar 0.854. Setiap aitem kemudian dilihat nilai korelasinya (*corrected item total correlation*), dimana batas minimal adalah sebesar 0.30 (Azwar, 2010). Beberapa aitem ternyata menunjukkan nilai korelasi yang rendah, sehingga peneliti memutuskan untuk menggugurkan aitem-aitem tersebut dan kemudian dilakukan analisis CFA pada aitem-aitem yang dianggap valid.

Hasil analisis CFA awal yang diajukan mendapatkan nilai $p = 0.003 (< 0.05)$; GFI = 0.720 (< 0.80); CFI = 0.812 (< 0.80); TLI = 0.771 (< 0.80); RMSEA = 0.114 (>0.08). Data awal menunjukkan bahwa alat ukur belum memenuhi kriteria CFA (*belum fit*), sehingga alat ukur membutuhkan modifikasi. Hair, Black, Babin, & Anderson (2010) mengungkapkan bahwa modifikasi model dapat dilakukan dengan menghapus beberapa aitem yang memiliki nilai *loading factor* < 0.5 maupun aitem yang berkorelasi dengan aitem lainnya (korelasi parsial).

Hasil modifikasi model menunjukkan nilai *loading factor* pada setiap aitem yang valid berkisar antara 0.50 sampai 1.63; nilai $p = 0.403 (> 0.05)$; GFI = 0.907 (> 0.90); CFI = 0.988 (> 0.90); TLI = 0.983 (> 0.90); RMSEA = 0.032 (< 0.08). Data tersebut menunjukkan bahwa alat ukur sudah memenuhi kriteria CFA, sehingga sesuai digunakan sebagai alat ukur penelitian.

Tabel 4. Hasil AMOS Uji Coba Skala Citra Tubuh

Dimensi	Nomor aitem		Keterangan	
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Valid	Gugur
Kognitif	1*, 4, 7*, 10*	3, 8*, 12, 16	4	4
Perilaku	5, 11*, 13*, 15*	2, 6, 9*, 14	4	4
Total	8	8	8	8

(*): aitem gugur

Skala Tekanan Teman Sebaya terdiri atas 20 aitem pernyataan. Reliabilitas dikatakan sangat tinggi apabila nilai r_{11} berada antara 0.80 sampai 1.00 (Guilford, 1956). Reliabilitas awal alat ukur menunjukkan nilai *Alpha Cronbach's* (r_{11}) sebesar 0.836. Setiap aitem kemudian dilihat nilai korelasinya (*corrected item total correlation*), dimana batas minimal adalah sebesar 0.30 (Azwar, 2010). Beberapa aitem ternyata menunjukkan nilai korelasi yang rendah, sehingga peneliti memutuskan untuk menggugurkan aitem-aitem tersebut dan kemudian dilakukan analisis CFA pada aitem-aitem yang dianggap valid.

Hasil analisis CFA yang diajukan mendapatkan nilai $p = 0.118$ (> 0.05); GFI = 0.825 ($0.80 \leq \text{nilai} \leq 0.90$ untuk *marginal fit*); CFI = 0.935 (> 0.90); TLI = 0.907 (> 0.90); RMSEA = 0.073 (< 0.08). Data tersebut menunjukkan bahwa alat ukur sudah memenuhi kriteria CFA, sehingga sesuai untuk digunakan sebagai alat ukur penelitian. Nilai *loading factor* pada setiap aitem berkisar antara 0.59 sampai 2.98.

Tabel 5. Hasil AMOS Uji Coba Skala Tekanan Teman Sebaya

Dimensi	Nomor aitem		Keterangan	
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Valid	Gugur
Konformitas teman sebaya	3, 9	1*, 12*	2	2
Tekanan teman sebaya yang melibatkan keluarga	4, 17	10, 18*	3	1
Tekanan teman sebaya yang melibatkan teman sebaya	2, 11	5*, 19*	2	2
Tekanan teman sebaya yang melibatkan sekolah	6, 13	7*, 16	3	1
Melakukan perilaku buruk atau menyimpang	8, 14	15, 20*	3	1
Total	10	10	13	7

(*): aitem gugur

Skala BDI-II terdiri atas 21 aitem pernyataan. Reliabilitas alat ukur menunjukkan nilai *Alpha Cronbach's* sebesar 0.901 (> 0.90), sehingga alat ukur dapat dinyatakan memiliki reliabilitas sempurna (Murniati, Purnamasari, Ratnaningsih, Advensia, Sihombing, & Warastuti, 2013). Hal tersebut menunjukkan bahwa Skala BDI-II reliabel untuk digunakan sebagai alat ukur penelitian.

B. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian dilanjutkan dengan mengumpulkan data lapangan menggunakan skala valid dari hasil uji coba CFA. Proses pengumpulan data berlangsung dari tanggal 18 Agustus 2020 hingga 27 Agustus 2020, menggunakan media *google form*. Peneliti menyebarkan kuesioner penelitian kepada remaja dari berbagai sekolah di kota Semarang yang masuk ke dalam kriteria penelitian, kemudian peneliti meminta bantuan remaja tersebut

untuk menyebarkan kembali kuesioner penelitian (menggunakan *link google form*) kepada teman-temannya yang lain. Penyebaran kuesioner ini berlangsung pada tanggal 18 hingga 26 Agustus 2020, dan mendapatkan 87 orang subjek. Peneliti kemudian menyebarkan kuesioner ke salah satu SMK di kota Semarang pada tanggal 27 Agustus 2020 dan mendapatkan 30 orang subjek.

Tabel 6. Distribusi Subjek Penelitian

Tanggal	Jenis Kelamin		N	Usia (tahun)		
	L	P		15	16	17
18 Agustus 2020	5	12	17	4	8	5
19 Agustus 2020	1	19	20	6	2	12
20 Agustus 2020	0	8	8	2	0	6
21 Agustus 2020	1	4	5	3	1	1
22 Agustus 2020	9	17	26	9	4	13
23 Agustus 2020	2	1	3	2	1	0
24 Agustus 2020	1	5	6	0	1	5
26 Agustus 2020	0	2	2	0	1	1
27 Agustus 2020	7	23	30	3	19	8
Total	26	91	117	29	37	51

C. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif bertujuan untuk mengetahui skor terendah (*min*), tertinggi (*max*), rata-rata (*mean*), dan standar deviasi (*SD*) pada masing-masing variabel. Hasil analisis deskriptif dapat dilihat pada tabel 6.

Tabel 7. Hasil Analisis Deskriptif

Variabel	N	Min	Max	Mean	SD
Depresi pada Remaja	117	0	39	15.74	9.252
Citra Tubuh	117	12	32	22.49	4.836
Tekanan Teman Sebaya	117	13	39	21.43	4.667
Total N Valid	117				

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa skor minimum untuk depresi pada remaja adalah 0, skor maksimum 39, nilai rata-

rata adalah 15.74 dengan SD sebesar 9.252. Skor minimum untuk citra tubuh adalah 12, skor maksimum 32, nilai rata-rata adalah 22.49 dengan SD sebesar 4.836. Skor minimum untuk tekanan teman sebaya adalah 13, skor maksimum 39, nilai rata-rata adalah 21.43 dengan SD sebesar 4.667.

D. Analisa Data

1. Uji Asumsi

Uji asumsi digunakan untuk mengetahui data penelitian yang digunakan memenuhi syarat untuk dilakukan analisis lebih lanjut atau tidak. Uji asumsi yang dilakukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a) Uji Normalitas

Penelitian kemudian dilanjutkan dengan melakukan uji normalitas berdasarkan data yang telah diperoleh. Uji yang dilakukan adalah uji normalitas *One Sample Kolmogorov-Smirnov Test*. Hasil tes yang dapat dinyatakan normal apabila skor $p > 0.05$.

Hasil uji normalitas variabel depresi pada remaja adalah $Z = 0.803$; $p = 0.540$ (> 0.05), variabel citra tubuh adalah $Z = 0.848$; $p = 0.468$ (> 0.05), dan variabel tekanan teman sebaya adalah $Z = 1.084$; $p = 0.191$ (> 0.05). Hasil tersebut menunjukkan bahwa ketiga variabel yang

digunakan dalam penelitian ini penyebarannya normal, sehingga memenuhi syarat uji normalitas terpenuhi. Hasil analisis uji normalitas dapat dilihat pada lampiran 9.

b) Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui hubungan linear yang signifikan antara variabel bebas dan variabel tergantung. Hasil tes dinyatakan linear apabila nilai $F_{hitung} < F_{tabel}$ dengan nilai $p > 0.05$.

Hasil uji linearitas antara variabel depresi dengan variabel citra tubuh adalah $F = 0.887 (< F_{tabel} = 1.711)$; $p = 0.595 (> 0.05)$. Hasil uji linearitas antara variabel depresi dengan variabel tekanan teman sebaya adalah $F = 0.657 (< F_{tabel} = 1.696)$; $p = 0.851 (> 0.05)$. Berdasarkan hasil uji linearitas tersebut dapat disimpulkan bahwa variabel prediktor (citra tubuh dan tekanan teman sebaya) memiliki hubungan linear secara signifikan dengan variabel kriterium (depresi pada remaja). Hasil analisis uji linearitas dapat dilihat pada lampiran 9.

c) Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas digunakan untuk mengetahui hubungan linear antar variabel bebas dan tergantung dalam

penelitian linear berganda. Hubungan antara variabel bebas dan tergantung akan terganggu apabila korelasi yang dimiliki tinggi (*overlapping*). Kriteria penelitian akan terpenuhi apabila nilai *Tolerance* > 0.10 dan nilai VIF (*Variance Inflation Factor*) < 10.00 (Murniati, dkk, 2013).

Hasil uji multikolinearitas antara variabel depresi dengan variabel citra tubuh adalah nilai *Tolerance* = 0.891 (> 0.10) dengan nilai VIF = 1.123 (< 10.00). Hasil uji multikolinearitas antara variabel depresi dengan tekanan teman sebaya juga mendapatkan hasil yang sama, yaitu nilai *Tolerance* = 0.891 (> 0.10) dengan nilai VIF = 1.123 (< 10.00). Berdasarkan hasil uji tersebut dapat disimpulkan bahwa tidak ada multikolinearitas antar variabel prediktor pada penelitian ini. Hasil analisis uji multikolinearitas dapat dilihat pada lampiran 9.

2. Uji Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini terbagi menjadi hipotesis mayor dan hipotesis minor. Hasil dari uji hipotesis penelitian dapat dilihat pada tabel 8.

Tabel 8. Hasil Uji Hipotesis

Uji	Hasil	Keterangan
Korelasi ganda	$R = 0.616$; $p = 0.000 (< 0.01)$; $R Square = 0.380$	Sangat signifikan ; hipotesis diterima
Korelasi 1	$r = -0.581$; $p = 0.000 (< 0.01)$	Sangat signifikan ; hipotesis diterima
Korelasi 2	$r = 0.386$; $p = 0.000 (< 0.01)$	Sangat signifikan ; hipotesis diterima

Keterangan:

Korelasi 1 = korelasi *product moment* variabel citra tubuh dengan depresi pada remaja

Korelasi 2 = korelasi *product moment* variabel tekanan teman sebaya dengan depresi pada remaja

E. Pembahasan

Hasil penelitian yang melibatkan 117 remaja usia 15-17 tahun di kota Semarang menunjukkan bahwa citra tubuh dan tekanan teman sebaya memiliki hubungan dengan depresi pada remaja. Citra tubuh dan tekanan teman sebaya berperan sebagai prediktor yang sangat signifikan terhadap resiko depresi pada remaja.

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa yang akan mengalami berbagai macam perubahan dalam diri serta gejolak emosional yang tinggi, sehingga remaja menjadi rentan mengalami permasalahan psikologis. Salah satu permasalahan psikologis yang dialami remaja adalah depresi.

Penelitian yang dilakukan oleh Matos, Barrett, Dadds, & Shortt (2003) mengungkapkan bahwa remaja di usia 16-17 tahun mengalami depresi lebih tinggi dibanding dengan remaja pada usia 14-15 tahun. Usia remaja di bawah itu yaitu 10-13 tahun menunjukkan hasil bahwa kecenderungan depresi lebih rendah

dibanding usia di atasnya. Resiko depresi pada masa remaja akan mengalami peningkatan seiring bertambahnya usia.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh total skor rata-rata (*mean*) untuk variabel depresi pada remaja adalah sebesar 15.74 yang tergolong ke dalam kategori depresi ringan. Total skor minimal yang diperoleh adalah 0 dan total skor maksimal yang diperoleh adalah 39, dengan SD sebesar 9.252. Remaja yang terlibat dalam penelitian ini memiliki kategori depresi yang cukup beragam dan tampak bahwa 68 orang subjek penelitian mengalami depresi yang ringan hingga depresi berat. Sebanyak 30 orang subjek tergolong dalam kategori depresi ringan, 25 orang subjek tergolong dalam kategori depresi sedang, dan 13 orang subjek tergolong dalam kategori depresi berat.

Rey, dkk (2015) mengatakan bahwa depresi pada masa remaja dikatakan sebagai akibat dari interaksi kompleks antara kerentanan biologis dan pengaruh dari lingkungan. Remaja yang mengalami depresi ternyata menunjukkan adanya pemikiran negatif terhadap citra tubuh serta mengalami kejadian negatif dalam hidupnya yang terkait dengan karakteristik pertemanan baik di lingkungan sekolah maupun sekitar remaja.

Malhotra & Das (2007) mengungkapkan bahwa depresi adalah dampak dari permasalahan regulasi diri (dalam penelitian ini merujuk pada citra tubuh), ternyata berhubungan juga dengan

berbagai macam jenis penyiksaan (dalam penelitian ini merujuk pada tekanan teman sebaya). Gibb (2014) melakukan penelitian pada remaja yang mengalami depresi, dimana hasilnya menunjukkan bahwa terdapat penyimpangan (*bias*) pada pemrosesan informasi dalam diri remaja yang depresi. Kecenderungan seseorang mengalami depresi merupakan dampak dari karakteristik maupun penilaian negatif terhadap diri serta konsekuensi dari kejadian negatif dalam hidupnya.

Citra tubuh merupakan persepsi seseorang terhadap keadaan diri yang ideal, sedangkan tekanan teman sebaya termasuk dalam kejadian negatif dalam hidup remaja. Konsekuensi dari citra tubuh yang negatif dan tekanan teman sebaya yang tinggi membuat remaja menjadi rentan mengalami depresi. Hal tersebut selaras dengan hasil dari penelitian ini yang menunjukkan adanya hubungan yang sangat signifikan antara citra tubuh dan tekanan teman sebaya dengan depresi pada remaja.

Hasil uji hipotesis mayor dalam penelitian ini menyatakan bahwa terdapat hubungan antara citra tubuh dan tekanan teman sebaya dengan depresi pada remaja di kota Semarang ($R = 0.616$; $p = 0.000 (< 0.01)$). Sumbangan efektif dari kedua prediktor (citra tubuh dan tekanan teman sebaya) dengan variabel depresi pada remaja secara simultan adalah sebesar 38%. Hal ini menunjukkan bahwa citra tubuh dan tekanan teman sebaya memiliki peran yang

besar dalam memengaruhi tingkat depresi pada remaja di kota Semarang (Clark, Jansen, & Cloy, 2012 ; Gibb, 2014).

Sumbangan persentase sebesar 62% dijelaskan oleh faktor lain baik internal maupun eksternal. Faktor lain yang dapat memengaruhi depresi pada remaja misalnya ketergantungan emosional, kesadaran diri rendah, lingkup pertemanan anti sosial, status sosial-ekonomi rendah, masalah neurobiologis, genetik, model kognitif, dan sebagainya (Clark, Jansen, & Cloy, 2012 ; Gibb, 2014).

Masa remaja adalah masa saat terjadinya perubahan biologis atau fisik. Perubahan tersebut akan berpengaruh terhadap citra tubuh, terutama saat seseorang merasa tidak puas terhadap dirinya sendiri. Mayoritas remaja lebih memperhatikan penampilan fisik dibanding dengan aspek-aspek lainnya, dan banyak di antara remaja yang tidak suka dengan apa yang tampak pada diri mereka terutama saat bercermin (Pelegrini, Coqueiro, Beck, Ghedin, Lopes, & Petroski, 2012 ; Denich & Ildil, 2015).

Hamilton (2008) mengungkapkan bahwa seseorang yang memiliki citra tubuh rendah akan meningkatkan resiko depresi. Ramos, Moreno-Maldonado, Moreno, & Rivera (2019) melakukan penelitian mengenai pengaruh dari citra tubuh terhadap masalah mental dan mendapatkan hasil 25.3% dari 4.500 remaja

menunjukkan mengalami gejala depresi terkait dengan citra tubuh mereka yang negatif.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, ditemukan bahwa faktor-faktor yang terkait dengan citra tubuh berkorelasi dengan tingkat keparahan depresi. Korelasi negatif ditemukan antara kepuasan serta persepsi seseorang terhadap penampilan dengan depresi. Korelasi positif ditemukan antara perilaku seseorang terhadap penampilan dengan depresi. Hal ini sejalan dengan teori yang digunakan dalam penelitian ini mengenai dimensi citra tubuh, bahwa dimensi kognitif dan dimensi perilaku seseorang memiliki pengaruh terhadap peningkatan depresi (Littleton, Axsom, & Pury, 2005).

Hasil dari uji hipotesis minor (korelasi *product moment*) pertama menunjukkan hasil $r = -0.581$ dengan $p = 0.000 (< 0.01)$ yang berarti terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara citra tubuh dengan depresi pada remaja. Semakin rendah citra tubuh, maka semakin tinggi depresi pada remaja. Sumbangan efektif dari citra tubuh terhadap depresi pada remaja adalah sebesar 58.1% (Paxton, Neumark-Sztainer, Hannan, & Eisenberg, 2006 ; Flores-Comejo, Kamego-Tome, Zapata-Pachas, & Alvarado, 2017 ; Dianovinina, 2018 ; Balta, dkk, 2019).

Hubungan dengan teman sebaya merupakan bagian yang paling penting dalam kehidupan remaja (Santrock, 2003).

Pengakuan serta perlakuan dari teman sebaya dirasa memberikan pengaruh yang besar terhadap kehidupan remaja (Dianovinina, 2018). Hubungan dengan teman sebaya merupakan suatu hal yang cenderung mendominasi dalam kehidupan sosial remaja.

Penelitian yang dilakukan oleh Flannery, Wester, dan Singer (2004) mengungkapkan bahwa remaja yang mengalami paparan tekanan teman sebaya dengan tingkat yang tinggi di sekolah, secara signifikan lebih besar mengalami gejala traumatik. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Zalk, Kerr, Branje, Stattin, & Meeus (2010) yang mengungkapkan bahwa tekanan teman sebaya berhubungan dengan peningkatan gejala depresi dan kecemasan pada remaja.

Apabila perilaku maupun sikap remaja cenderung di kontrol oleh teman sebaya, akan membuat remaja menjadi stres dan tertekan. Hal tersebut akan menyebabkan dampak jangka panjang jika pengalaman negatif dengan teman sebaya dibiarkan berlarut-larut, menyebabkan tingginya peningkatan depresi pada remaja (Matos, Barrett, Dadds, & Shortt, 2003).

Hasil dari uji hipotesis minor (korelasi *product moment*) kedua menunjukkan hasil $r = 0.386$ dengan $p = 0.000 (< 0.01)$ yang berarti terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara tekanan teman sebaya dengan depresi pada remaja. Semakin tinggi tekanan teman sebaya yang diterima remaja, maka semakin tinggi

juga depresi yang dialami. Sumbangan efektif dari tekanan teman sebaya terhadap depresi pada remaja adalah sebesar 38.6% (Matos, Barrett, Dadds, & Shortt, 2003 ; Coplan & Ooi, 2013 ; Maughan, Collishaw, & Stringaris, 2013 ; Gibb, 2014 ; Lee, 2018).

Pada penelitian ini, peneliti menyadari masih terdapat beberapa keterbatasan, sehingga untuk penelitian selanjutnya dapat diperbaiki. Proses pengisian kuesioner yang menggunakan media *google form* dirasa kurang efektif dalam pengisian alat ukur. Hal ini disebabkan karena peneliti tidak dapat berinteraksi secara langsung dengan subjek sehingga penyampaian instruksi tidak dapat dilakukan secara lisan dan subjek tidak dapat bertanya mengenai hal-hal yang dirasa kurang jelas. Jumlah dari responden maupun variabel penelitian dapat ditambahkan untuk penelitian selanjutnya, sehingga penyebaran data dapat lebih luas dan hasil dapat lebih digeneralisasikan.